

# Para jugar con **ENERGIA** desayuna cada día

! Llena pan pita con tu queso descremado favorito, carne magra y vegetales y caliéntalo en el horno microondas.

! Mezcla leche o yogur descremado con fresas y hazte un refrescante licuado.

! Mezcla arroz del día anterior, yogur descremado, frutas secas, nueces y canela.



Power Panther dice:  
**Eat Smart. Play Hard.™**  
Aliméntate Bien y Juega Fuerte.